

やまなしジビエ料理コンテスト 応募用紙

ふりがな 氏名	おざわ ゆうな 小澤 佑奈	〒 韮崎市			
料理名	ジビエ キンパ				
材料(4人分)	<table border="0"> <tr> <td> やまなしジビエ(もも) 120g ・卵 2個 ・米 2合 ・大塚にんじん 100g ・小松菜 100g ・たくあん 60g ・のり 2枚 </td> <td> ・炒りごま 計大さじ2 ・ごま油 計大さじ2 ・塩 計小さじ1 A { ・砂糖 小さじ1 ・みりん 小さじ1 ・塩 小さじ1/2 </td> <td> B { ・焼き肉のたれ 大さじ2 ・コチュジャン 小さじ2 C { ・鶏ガラスープ 小さじ1 ・ごま油 小さじ1 ・コチュジャン 小さじ1 </td> </tr> </table>		やまなしジビエ(もも) 120g ・卵 2個 ・米 2合 ・大塚にんじん 100g ・小松菜 100g ・たくあん 60g ・のり 2枚	・炒りごま 計大さじ2 ・ごま油 計大さじ2 ・塩 計小さじ1 A { ・砂糖 小さじ1 ・みりん 小さじ1 ・塩 小さじ1/2	B { ・焼き肉のたれ 大さじ2 ・コチュジャン 小さじ2 C { ・鶏ガラスープ 小さじ1 ・ごま油 小さじ1 ・コチュジャン 小さじ1
やまなしジビエ(もも) 120g ・卵 2個 ・米 2合 ・大塚にんじん 100g ・小松菜 100g ・たくあん 60g ・のり 2枚	・炒りごま 計大さじ2 ・ごま油 計大さじ2 ・塩 計小さじ1 A { ・砂糖 小さじ1 ・みりん 小さじ1 ・塩 小さじ1/2	B { ・焼き肉のたれ 大さじ2 ・コチュジャン 小さじ2 C { ・鶏ガラスープ 小さじ1 ・ごま油 小さじ1 ・コチュジャン 小さじ1			
作り方	<p>①卵を溶き、調味料Aを加えて混ぜ、ごま油をひいた卵焼き器で卵焼きを作る。</p> <p>②細切りにしたにんじんを塩とごま油で炒め、しんなりしてきたらごまを加えて炒める。</p> <p>③鹿肉も細切りにし、②のフライパンで炒める(少量ごま油を加える)。火が通ったらBの調味料とからめる。</p> <p>④小松菜を下茹でして、水分をよく絞る。その後、Cの調味料と和える。</p> <p>⑤たくあんを細切りにする。</p> <p>⑥温かい米にごま油、炒りごま、塩を加え、切るように混ぜる。</p> <p>⑦巻き簾の上にのりをひき、ご飯を手前から2/3程度均一にのせ、具を真ん中におき、巻く。</p> <p>⑧巻いた後、のりがなじむまで15分間おく(ラップでぴったりくるむ)</p> <p>⑨15分後、濡らした包丁で切り、皿に盛りつけて上からごまをふったら完成。</p>				
アピールポイント	<ul style="list-style-type: none"> ・山梨県産のジビエの他に大塚にんじんを使用した。 ・具の甘辛さとごま油の香るキンパに鹿肉の独特なうま味が加わった一品です。 				
所要時間 約50分	炊飯、具作り(20分)→巻き、置き時間(20分)→盛りつけ(10分)	材料費 約 850 円			



「やまなしジビエ料理コンテスト」募集要項を熟読・理解の上応募します。
 (↑ チェックを入れてください。)

応募・問合せ先
 〒400-8501 山梨県甲府市丸の内1-6-1 山梨県農政部販売・輸出支援課 国内販売支援担当
 電話番号(直通) 055-223-1603 (FAX)055-223-1599 電子メール nou-han@pref.yamanashi.lg.jp